

武蔵野大学学術機関リポジトリ Musashino University Academic Institutional Repository

# 0～4か月児の母親の日常生活における育児に対する レジリエンスに影響を及ぼす育児体験

著者	高橋 智恵, 齋藤 泰子
雑誌名	武蔵野大学看護学研究所紀要
号	12
ページ	41-48
発行年	2018-03-01
URL	<a href="http://id.nii.ac.jp/1419/00000744/">http://id.nii.ac.jp/1419/00000744/</a>

# 0～4か月児の母親の日常生活における育児に対する レジリエンスに影響を及ぼす育児体験

Childcare Experiences that Influence on Resilience for Childcare in the Daily Life  
in Mothers of Zero to Four Months Old Children

高橋 智恵<sup>1</sup>  
Chie Takahashi

齋藤 泰子<sup>2</sup>  
Yasuko Saito

## 要 旨

目的：本研究は、0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスに影響する育児体験を明らかにし、この時期の看護専門職のかかわりを検討することを目的とする。

結果：対象者は、生後0～4か月児を持つ、都市部にある産後ケア施設と地方都市部にある産後ケア施設を利用する母親、各地域5名、10名であった。10名のうち経産婦は3名、初産婦は7名であった。レジリエンスに関連する育児体験として、5つのコアカテゴリー〔出産直後の母親の不安定さ〕〔育児の大変さを認識する〕〔日常の育児を安心して楽しむことで頑張れる〕〔日常の育児の中で自分以外の誰かの助けを借りる〕〔母親自身が成長する〕が導き出された。

考察：この時期の看護専門職のかかわりは、まず母親が育児の大変さを受け止め認識できるように促し、さらに母親が育児の大変さを乗り越えていくことができる支援が求められる。

キーワード：0～4か月児の母親、日常生活、レジリエンス、育児体験

Keywords：mothers of zero to four months old children, daily life, resilience, childcare experiences

## I. はじめに

近年、核家族化や少産化といった社会構造の変化と共に、子育て環境も大きく変化している。都心部を中心に核家族世帯が多く、母子の孤立に伴い母親の育児不安が社会問題となり、育児不安や虐待の増加には、子育て家庭の孤立化が大きく関与しているとの指摘がある。さらに、西村ら（2009）は、核家族化、地域社会の交流の減少、少子化は、かつて家庭や地域社会に見られた、子育ての知恵の伝承やモデル学習、世代間や住民相互の相談・サポート機能をなくしたと述べている。

厚生労働省「平成27年度福祉行政報告例の概況」によると平成27年度中に児童相談所が対応した養護相談のうち児童虐待相談の対応件数は103,286件で、前年に比べ

14,355件（16.1%）増加している。また、厚生労働省「子供虐待による死亡事例等の検証結果について（第13次報告）」では、虐待者は実母が全体の50.0%と最も多いと報告している。児童虐待における死亡事例では、0～6か月児が多く、その背景として母親の精神的問題の存在が明らかとなっており、その中でも「育児不安」は25.0%と、「養育能力の低さ」の41.7%に次いで多いことが指摘されている。

出産後0～4か月は、育児や授乳、母親の心身の不調に対する訴えが集中するといわれており、母親自身が困難な状況にあるといえる。困難な状況にうまく適応できる回復力であるレジリエンスに関する先行研究として、3歳児の母親を対象にした研究（宮野、藤本、山田、藤原、2014）や多胎児の母親を対象にした研究（賛、室津、今

1 ちよいろ助産院 Chiyoiro Maternity Hospital

2 武蔵野大学看護学部 Musashino University, Faculty of Nursing

村, 2013) はされているが, 生後0～4か月児の母親を対象とした育児に対するレジリエンスに関する研究や日常生活での育児体験に着目した研究はみられなかった。出産後0～4か月の時期に助産師等の看護専門職が母親自身の持つ育児不安に対処できる力を見極め引き出すことができれば, 長期間に及ぶ育児を前向きに捉え, 乗り越えていくことが可能となるのではないかと考えた。

そこで本研究では, 生後0～4か月という時期に着目し, 生後0～4か月児を持つ母親の, 母親自身が持つ育児不安に対処できる力, 育児に対するレジリエンスとそこに影響を及ぼす日常生活での育児体験に注目することとした。母親自身が持つ育児不安に対処できる力, すなわち育児に対するレジリエンスに影響を及ぼす育児体験について明らかにすることで, この時期の児と母親のケアに携わる助産師等の看護専門職のかかわりのあり方に示唆を得ることができると考えた。

## Ⅱ. 研究目的

本研究は, 0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスに影響を及ぼす育児体験について明らかにし, この時期の看護専門職のかかわりを検討することを目的とする。

## Ⅲ. 用語の定義

### 1. レジリエンス

避けることのできない逆境に立ち向かい, それを乗り越え, そこから学び, さらにそれを変化させる能力であり, 特別な能力や特性ではなく, 誰もが保有しうる能力 (Grotberg, 2003) とする。

### 2. 日常生活

毎日繰り返される, 取り立てて特別な出来事のない生活とする (実用日本語表現辞典)。

本研究では, 特別な出来事とは母親を取り巻く1日24時間の中で, 乳幼児健診, 予防接種, 他者 (来客や夫や父母) による何らかのサポートを受ける機会があることとする。

### 3. 育児に対するレジリエンス

Grotberg の「避けることのできない逆境に立ち向かい, それを乗り越え, そこから学び, さらにそれを変化させる能力であり, 特別な能力や特性ではなく, 誰もが保有しうる能力」を参考に, 「日常生活の中で, 育児中に生じる疑問や心配が蓄積されることにより, 子どもや育児に関す

るできごとや状況が恐れや脅威と知覚される。育児不安や育児ストレスによる困難な状況 (避けることのできない逆境) を経験したとき, それに立ち向かい, それを乗り越え, そこから学び, さらにそれを変化させながら育児を行うことができる力」とする。

## Ⅳ. 研究方法

### 1. 研究デザイン

0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスに影響を及ぼす育児体験を明らかにするため半構成的インタビューによる質的研究デザインとする。

### 2. 研究参加者

本研究は, 都市部にある産後ケア施設と地方都市部にある産後ケア施設を利用する母親各地域5名を対象とした。

### 3. データ収集方法

研究参加者の属性については自記式質問紙を用い, 0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスについては自記式質問紙を併用した半構成的インタビューにてデータを収集した。インタビュー時間は母子共に身体的な負担がかからないように1時間以内とした。また, 研究参加者の語る話の流れや語りを尊重するために, 了承を得た上でICレコーダーに録音した。

自記式質問紙の内容は, 年齢, 性別, 職業, 一日の生活リズム, 主なサポート者等とした。半構成的インタビューは以下の内容で行った。

- 1) ここ1週間の育児を振り返って印象に残っている体験は何ですか。
- 2) 育児が楽しいまたはこれからも頑張れるというように, 育児を前向きにとらえられる体験はどのようなことですか。また, その体験はどのような時にしましたか。
- 3) 育児中苛々したり, 育児が大変と感じる体験はありますか。それはどのような体験ですか。そのような体験をどのように乗り越えましたか。
- 4) 今まで育児を頑張ることができたのはどうしてだと思いますか。

### 4. データ収集期間

データ収集期間は武蔵野大学看護学部研究倫理委員会の承認を得た後, 2015年6月～9月であった。

### 5. データ分析方法

ICレコーダーに録音した半構成的インタビュー内容か

ら逐語録を作成し、木下が提唱する Modified Grounded Theory Approach（以下 M-GTA）の方法を用いて分析を行った。分析焦点者は0～4か月児の母親、分析テーマは0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスに影響を及ぼす育児体験とした。

## 6. 研究の妥当性と信憑性の確保

データの妥当性を保証するため、データの収集過程やデータの分類・整理に関する方法について追跡記録として維持・保管した。分析過程については、地域看護学を専門とする研究指導教員のスーパーバイズを受けて行った。

## 7. 倫理的配慮

研究への参加に同意するか否かは研究参加者の自由意思によって決定すること、参加者に文書を用いて研究目的、方法、参加や辞退の自由、辞退した場合でも不利益が生じない事、大学内外での発表や学術誌への発表の際には、施設や個人が特定されないように匿名性を担保し、概念化した形式をもって発表することなどを説明した後に、同意書による同意を得た。本研究は、武蔵野大学看護学部研究倫理委員会の承認（承認番号 2702-1）を得た。

# V. 結 果

## 1. 対象の背景（表1）

対象者は、生後0～4か月児を持つ、都市部にある産後ケア施設と地方都市部にある産後ケア施設を利用する母親、各地域5名であった。10名のうち経産婦は3名、初産婦は7名であった。

対象者の年齢は20代2名、30代4名、40代4名で平均年齢は36.4（± 3.92）歳であった。児の日齢は10日（1名）から119日（1名）で平均日齢は49.2（± 35.4）日であった。

施設を利用した理由としては、第一子から利用している、実母・義母が働いている、実母・義母が高齢、育児不安が強いと紹介された、母親の体の不調であった。

## 2. 母親の語りの分析結果

本論文では、文章中、結果図において、コアカテゴリーを〔 〕で示し、カテゴリーを《 》概念を〈 〉で示す。

分析の結果として、図1に示す通り0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスに影響を及ぼす日常生活における育児体験では34の概念が抽出された。

34の概念を分析すると、《出産を肯定的に捉え子どもを

表1 対象者の背景

ID	母の年齢（歳）	初産・経産	児の日齢（日）
a	40代	初	10
b	40代	経	15
c	30代	初	89
d	20代	初	29
e	30代	経	11
f	30代	初	93
g	40代	初	17
h	40代	初	73
i	30代	経	119
j	20代	初	36

受け入れる》《出産直後は非現実感や自信喪失感を感じる》《育児の大変さ》《基本的欲求が満たされた安心感》《育児そのものを楽しむ》《孤立していない安心感》《母親が頑張れるちょっとした助け》《育児の大変さを乗り越える術》《育児によって実感する母親自らの成長》という9つのカテゴリーが導き出された。さらに9つのカテゴリーを分析すると〔出産直後の母親の不安定さ〕〔育児の大変さを認識する〕〔日常の育児を安心して楽しむことで頑張れる〕〔日常の育児の中で自分以外の誰かの助けを借りる〕〔母親自身が成長する〕という5つのコアカテゴリーが導き出された。

## 1) ストーリーライン（図1参照）

図1の矢印は、〔出産直後の母親の不安定さ〕〔育児の大変さを認識する〕〔日常の育児を安心して楽しむことで頑張れる〕〔日常の育児の中で自分以外の誰かの助けを借りる〕〔母親自身が成長する〕の5つのコアカテゴリーの関係を示し、〔日常の育児を安心して楽しむことで頑張れる〕と〔日常の育児の中で自分以外の誰かの助けを借りる〕は〔育児の大変さを認識する〕ことを介して関係しあっていることを示す。

出産直後の母親は、《出産を肯定的に捉え子どもを受け入れる》一方で《出産直後は非現実感や自信喪失感を感じる》といったアンビバレントな感情を抱いており、〔出産直後の母親の不安定さ〕を表出していた。さらに日常生活の育児を行う中で母親が《育児の大変さ》を感じ〔育児の大変さを認識する〕ことを自覚していた。母親は育児の大変さを認識し、日常生活の中で《基本的欲求が満たされた安心感》を見出し、《育児そのものを楽しむ》《孤立していない安心感》を感じることで〔日常の育児を安心して楽しむことで頑張れる〕ことをしていた。同時に《母親が頑張れるちょっとした助け》を得ることで自ら《育児の大変さを乗り越える術》を見つけ出し、《母親が頑張れるちょっ

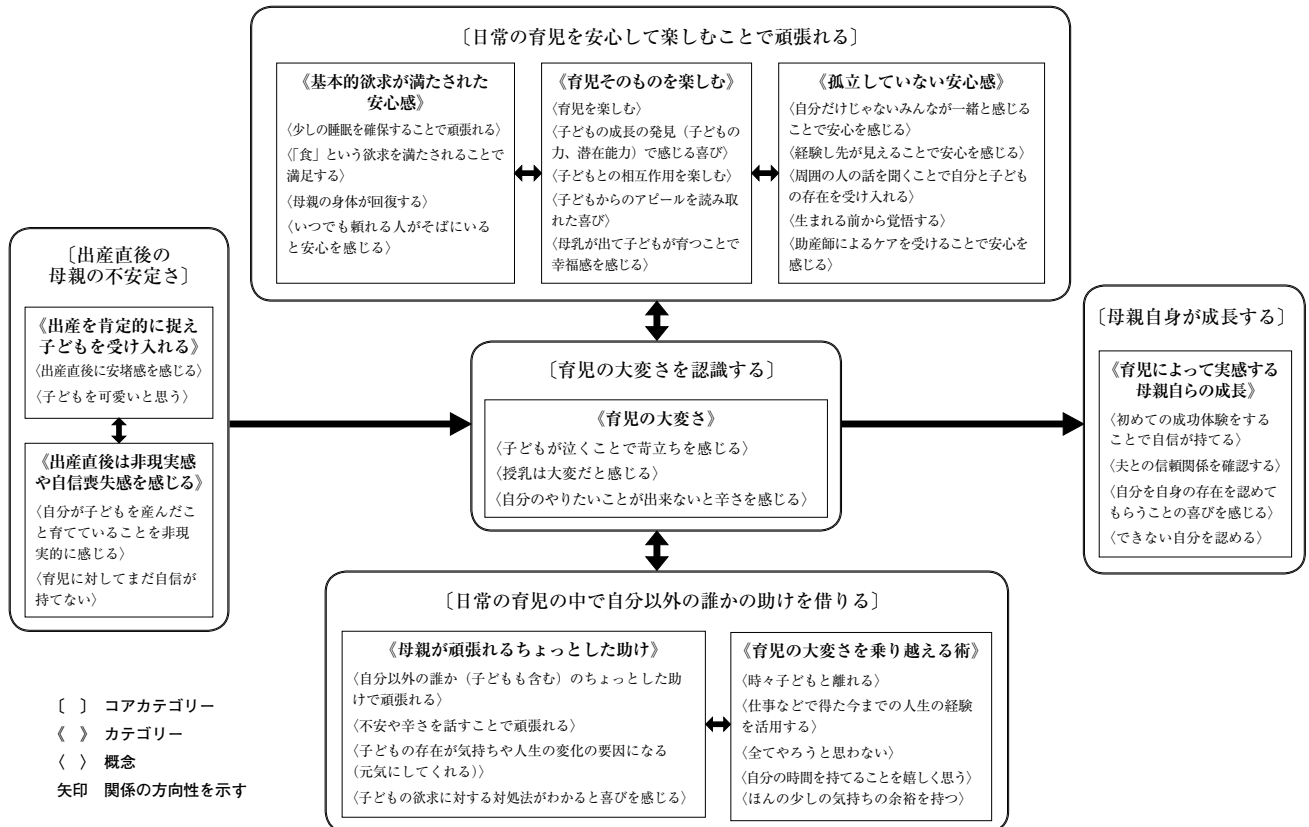


図1 0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスに影響する育児体験

とした助け》を求め「日常の育児の中で自分以外の誰かの助けを借りる」ことをしていた。母親は、日常の育児の中で自分以外の誰かの助けを借りながら《育児の大変さ》を乗り越えており、《育児の大変さを乗り越える術》を持っていた。これらが相互に影響しあい、《育児によって実感する母親自らの成長》を感じ「母親自身が成長する」ことに繋がっていた。

## 2) 各コアカテゴリー・カテゴリーと概念

以下、各コアカテゴリー・カテゴリー、概念、母親の語りを記述する。語りの内容は斜文字で表現した。

### (1) 〔出産直後の母親の不安定さ〕

出産直後の母親は「生まれた瞬間はやっぱりすごくほっとしました」や「赤ちゃんてこんなに可愛かったかなあ、こんなに小さかったかな」というように我が子の元気な姿を確認し、無事に出産を終えたことで〈出産直後に安堵感を感じる〉と同時に〈子どもを可愛いと思う〉ことによって《出産を肯定的に捉え子どもを受け入れる》ことになる。《出産を肯定的に捉え子どもを受け入れる》一方で、例えば「まだ実感がわかなくてフワフワした感じです」や自分で産んだその子どもが目の前にいるという現実を夢のように感じ〈自分が子どもを産んだこと育てていることを

非現実的に感じる〉母親もいた。また、育児が始まったばかりの頃の母親は、「私はママとしてまだ駄目だなあ、周りの先輩ママのほうが上手だなあと思っています」というように〈育児に対してまだ自信が持てない〉状態であったり、すでに子育て経験のある他の母親と自分を比較することで自信を失い《出産直後は非現実感や自信喪失感を感じる》ことがあげられた。

### (2) 〔育児の大変さを認識する〕

日常的に育児を行う中で母親は「ずっと泣いている時、ちょっと苛々します」というように〈子どもが泣くことで苛立ちを感じる〉こともある。また、出産直後から「母乳で育てたいと思ったりするけど、いざ出ないとすると赤ちゃんにとって悪いんじゃないかかかります」など〈授乳は大変だと感じる〉母親があった。さらに、「やっぱり自分の時間が取れないことが私にとっては辛いかもしれないです」というように〈自分のやりたいことが出来ない辛さを感じる〉こともあり、《育児の大変さ》を感じた。

### (3) 〔日常の育児を安心して楽しむことで頑張れる〕

出産後、母親は昼夜を問わず子どもの世話に追われる中で、〈少しの睡眠を確保することで頑張れる〉〈「食」という欲求を満たされることで満足する〉〈母親の身体が回

復する）〈いつでも頼れる人がそばにいと安心を感じる〉ことができ《基本的欲求が満たされた安心感》を感じていた。また、母親は子どもの身体が大きくなっていくことや子どものしぐさや表情の変化などに気づき「成長が見られて毎日変わるのでそういうのを見るともう少し頑張ろうと思います」というように〈子どもの成長の発見（子どもの力、潜在能力）で感じる喜び〉を経験していた。また、子どもから反応が返ってくることは母親にとって喜びであり〈子どもとの相互作用を楽しむ〉ことができていた。さらに、「私のおっぱいだけで太ると思うとしっかりやっついこうと思いました」というように〈母乳が出て子どもが育つことで幸福感を感じる〉ことがあげられた。そして、「ついつい、笑顔が可愛くて遊んでしまいます」のように〈子どもからのアピールを読み取れた喜び〉を感じていた。このような経験を通して母親は《育児そのものを楽しむ》ようになっていた。しかし、「お友達とかの自分だけじゃなくてみんなが大変だったり頑張ったりするのを知ると、自分だけじゃないって思ってまた頑張れます」というように、母親は育児中に孤立感を感じるが、他の母親と情報交換することで〈自分だけじゃないみんなが一緒と感ずることによって安心を感じる〉ことができていた。また、出産前に小さな子どもと接する機会を持てることや、子育て経験者の話を聞くことで〈経験し先が見えることで安心を感じる〉こともできていた。そして、出産前に母親学級や両親学級等で育児についての話を聞くことが母親の〈生まれる前から覚悟する〉ということに繋がっていた。さらに、様々な状況にある母親の話を聞くことで〈周囲の人の話を聞くことで自分と子どもの存在を受け入れる〉ことを行い、さらに「助産師さんがすごく寄り添ってくれます」というように退院後に何らかの場所や形で〈助産師によるケアを受けることで安心を感じる〉ことをして《孤立していない安心感》を持っていた。

#### (4) 〔日常の育児の中で自分以外の誰かの助けを借りる〕

産後0～4か月という時期は母親が育児の多くを行う。そのため母親の負担も大きい。そこで母親は「一回の授乳を誰かにお願いできる、それだけで、また次起きたとき頑張ろうと思います」というように〈自分以外の誰か（子どもも含む）のちょっとした助けで頑張れる〉と感じていた。また、「不安だったり辛かったりすることを吐き出すことによって整理されたりスッキリします」など母親は育児をしながら感じる〈不安や辛さを話すことで頑張れる〉と感じていた。さらに〈子どもの存在が気持ちや人生の変化の要因になる（元気にしてくれる）〉母親が多かった。そして、子どもと過ごす中で自らの経験や誰かからの助言をもとに〈子どもの欲求に対する対処法がわかると喜

びを感じる〉ことができていた。このように《母親が頑張れるちょっとした助け》があることで母親は自ら育児の大変さへの対処法を見出すことができていた。一方で、母親が子どもとずっと一緒にいることがストレスとなった時、「ちょっと離れると逆にすごく頑張ろうとか、もう一回チャレンジしてみようと思えます」というように〈時々子どもと離れる〉ことが必要であると感ずる母親もいた。また、育児が母親にとって初めての経験でもそれまでの〈仕事などで得た今までの人生の経験を活用する〉ことで育児に対して自分なりの対処方法を見いだせていた。さらに、育児と家事を〈全てやろうと思わない〉で母親自身が自らの負担を軽減することもできていた。また、育児中で自分の時間を持つことができない状況の中でも自分なりに自分の時間が持てたことを自覚し「どこかでリセットする機会があると頑張れると思いました」というように〈自分の時間を持てることを嬉しく思う〉ことや〈ほんの少しの気持ちの余裕を持つ〉ことで育児を頑張ろうという気持ちになっていた。このような経験を通し母親は《育児の大変さを乗り越える術》を身につけていた。

#### (5) 〔母親自身が成長する〕

母親は自分なりの育児技術を見つけていく中で「落ち着いて、ゆっくり話すことができるとうれしく思いました」というように〈初めての成功体験をすることで自信が持てる〉ようになっていた。また、夫とも様々な関わりを持ち〈夫との信頼関係を確認する〉という作業が行われていた。さらに、母親は、「よく頑張ったねとか、いいんだよ頑張ったとか、子どもも喜んでよとか言われると、うれしく思います」というように〈自分自身の存在を認めてもらうことの喜びを感じる〉ことができ、少し前の自分を振り返り「新米なので、出来なくても仕方ないと思えるようになりました」など〈できない自分を認める〉こともできるようになっていた。このような経験をすることで《育児によって実感する母親自らの成長》を遂げていた。

## Ⅵ. 考 察

### 1. 0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスに影響を及ぼす育児体験

#### 1) 〔育児の大変さを認識する〕

本研究の対象者である0～4か月児の母親の語りでは夫や実母、義母、友人、助産師といった身近な人物が登場人物であった。これは日常生活を語っているからこそ身近な人物のみが語りの登場人物であったと言える。

日常生活における育児において母親は《育児の大変さ》を感じていた。ラター（1985）は、レジリエンスが機能す

るための条件の中に、「積極的に行動する能力がある」ことをあげている。そのため本研究では産後ケア施設やデイケアを自ら選択して利用している母親を「積極的な母親」ととらえた。しかし、このように積極的な母親であっても日常生活の中で《育児の大変さ》を感じていた。母親は《育児の大変さ》を感じながらも、大変なのは自分だけではないことを日常生活の中で認識することで育児の大変さを乗り越えていた。

レジリエンスは、避けることのできない逆境に立ち向かい、それを乗り越え、そこから学び、さらにはそれを変化させる能力であり、特別な能力や特性ではなく、誰もが保有しう能力（Grotberg, 2003）とされているが、本研究の対象者の母親達も育児は大変なことではあるが、その育児の大変さを認識しそこに立ち向かい、乗り越え、そこから学んでいた。育児の大変さを認識することは、育児に対するレジリエンスを導く要因と考えられる。

## 2) [日常の育児を安心して楽しむことで頑張れる]

0～4か月児の母親の語りの中の登場人物が身近な人のみであったことは、子どもと母親の日常生活は社会から孤立し2人だけの時間を過ごすことになる可能性があることも意味する。母子の孤立は、睡眠や休息の確保が困難になったり、育児を楽しいと思うことや、大変なのは自分だけではない、みんな一緒であると母親が認識する機会を減少させる。そのため、本研究の対象者の母親が日常生活での《育児の大変さ》を乗り越えることができた要因の《基本的欲求が満たされた安心感》《育児そのものを楽しむ》《孤立していない安心感》が得づらくなる可能性があると言える。都心部を中心に核家族世帯が多く、母子の孤立に伴い母親の育児不安が社会問題となり（野口、山川、福澤、平川、2010）、育児不安や虐待の増加には、子育て家庭の孤立化が大きく関与しているとの指摘があり（西村ら、2009）、母子の孤立の解消は日常生活における育児に対するレジリエンスを導くために必要であると考えられる。

## 3) [日常の育児の中で自分以外の誰かの助けを借りる]

本研究において、母親が《基本的欲求が満たされる安心感》《育児そのものを楽しむ》《孤立していない安心感》を得るためには、日常生活における小さなことを手伝ってもらったり、母親の行う育児に対する激励や感謝の言葉をかけてもらえることが重要であることが明らかとなった。母親は、自分以外の誰かのちょっとした助けを得ることでもう少し育児を頑張ってみようという気持ちが持て、試行錯誤を繰り返しながら母親自ら《育児の大変さ》を乗り越える術を見出すことができていた。レジリエンスは周囲の働きかけによって高めることができる（宮野ら、2014）と

同様に、0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスは、日常生活の中で自分以外の誰かのちょっとした助けを得ることで導かれていた。育児に対するレジリエンスを導く要因として、周囲の働きかけが重要であることが明らかとなった。

## 2. 0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンス

産後4か月は、「母親であることが自分の行動を制限している」「自分の能力を出しきれていない」と感じている母親が多い（池田、2001）ことや、育児や授乳、母親の心身の不調に関する訴えは、産後4か月ころまでの時期に集中している（野口ら、2010）ことが挙げられる。本研究の対象者も産後4か月で、「母親であることが自分の行動を制限している」「自分の能力を出しきれていない」と感じたり、育児や授乳、母親の心身の不調を抱えながら育児を行っていることが明らかとなった。しかし、本研究の対象者の母親は産後0～4か月の時期であっても日常生活における育児に対するレジリエンスにより育児の大変さを乗り越えていた。

野口ら（1999）は、妊娠、分娩および育児に関わる女性の意識には特有のものがあ、妊娠は、女性に対して喜びや満足感と共に新たな可能性をもたすが、一方では、不自由な生活や自己責任の変化に伴う葛藤から、アンビバレントな感情に翻弄される可能性があると述べている。本研究においても、野口ら（1999）の言うアンビバレントな不安定な感情を分娩直後の母親も抱えていることが明らかとなった。本研究におけるアンビバレントな感情とは、《出産を肯定的に捉え子どもを受け入れる》という肯定的な感情は母親にとって認識しやすいが《出産直後は非現実感や自信喪失感を感じる》という否定的な感情の非現実感や自信喪失感は母親自身も認識しづらく無意識の中で感じることが推察された。本研究対象者の母親たちはインタビューで、育児体験を語るによりアンビバレントな感情を自覚している様子であった。このように母親自身が不安定な感情を他者と話し、否定的な感情を吐露することで認識することによって、大平（2000）は自分なりの母親像に含まれる否定的感情の吐露は、母親になることへの肯定的な気持ちに転換するエネルギーとなると述べている。母親になることへの否定的感情の吐露は、育児を行うことへの否定的な気持ちの肯定的な気持ちへの転換を促すとも言い換えられるため、〔出産直後の母親の不安定さ〕は育児に対するレジリエンスを導くための先行要因として捉えることができると考えた。

母親は、〔出産直後の母親の不安定さ〕を経て日常の育児の中で〔育児の大変さを認識する〕こととなる。〈子ど

もが泣くことで苛立ちを感じる〉〈授乳は大変だと感じる〉〈自分のやりたいことが出来ないと感じる〉といった《育児の大変さ》を感じるのである。本研究の参加者の母親達は《育児の大変さ》を困難として認識し、《基本的欲求が満たされる安心感》《育児そのものを楽しむ》《孤立していない安心感》を日常生活の中で感じることで《育児の大変さ》を乗り越えていた。《基本的欲求が満たされる安心感》《育児そのものを楽しむ》《孤立していない安心感》は、育てることによる辛さもあるが、子育てによって得られる肯定的な感情も存在する（小坂，2004）ことに繋がっていく。〔育児の大変さを認識する〕のと同時に、《基本的欲求が満たされる安心感》《育児そのものを楽しむ》《孤立していない安心感》を得るといった〔日常の育児を安心して楽しむことで頑張れる〕ことを認識し、《母親が頑張れるちょっとした助け》を得て〔日常の育児の中で自分以外の誰かの助けを借りる〕ことで《育児の大変さを乗り越える術》を自ら見出せるようになる。

小塩、中谷、金子、長嶺（2002）は、レジリエンスは、知能や洞察力、身体的健康、感情調整、忍耐力、ソーシャルサポートなど、様々な要因によって導かれる力であると指摘している。さらに、本研究においては、《育児そのものを楽しむ》ことは母親の知能や洞察力であり、《基本的欲求が満たされた安心感》は母親の身体的健康であり、《育児の大変さ》は母親の忍耐力であり、《孤立していない安心感》や《母親が頑張れるちょっとした助け》は感情調整やソーシャルサポートにあたるかと考察した。このように、本研究においても0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスには、レジリエンスを導く力とされている知能や洞察力、身体的健康、感情調整、忍耐力、ソーシャルサポートなどの様々な要因が関連していることが明らかとなった。

野口ら（1999）は、近年の少子化現象、核家族化にともなう地域社会との関わりの減少といった著しい社会基盤の変遷によって、妊娠、分娩、および育児期における精神心理ストレスの高さは容易に推測でき、この精神心理ストレスに拮抗して、母親になる、あるいは母親であることの自覚が醸成されるとし、精神心理ストレスが母親である自覚を醸成させるということを強調している。本研究結果からも、母親自身が〔出産直後の母親の不安定さ〕を経て日常の育児の中で〔育児の大変さを認識する〕という精神心理ストレスを乗り越え、〔母親自身が成長する〕ことが明らかとなった。

### 3. 0～4か月児の母親の日常生活におけるレジリエンスを引き出す看護専門職のかかわり

出産直後の母親が《出産を肯定的に捉え子どもを受け入

れる》という気持ちもあり《出産直後は非現実感や自信喪失感を感じる》という気持ちもある、アンビバレントな不安定な感情をもつことが明らかになった。看護専門職は母親自身がそのことを受け入れ、肯定的にとらえることを支援することが重要である。

また、母親が《育児の大変さ》を認識し育児と向き合うことは、育児という逆境に立ち向かい、それを乗り越え、そこから学び、さらにはそれを変化させる能力であり、育児に対するレジリエンスを導く要因であることが明らかとなった。

育児支援に携わる看護専門職は、まず看護職自身が《育児の大変さ》を認め、母親が《育児の大変さ》を受け止め認識できるように促し、さらに母親が《育児の大変さ》を乗り越えていくことができる支援が求められる。具体的には、睡眠や食事の確保ができる環境が作れるような情報や場所を提供したり、母親の休息や母親の身体の回復を優先する関わりが求められる。さらに母親が《育児そのものを楽しむ》ために乳幼児の発育や発達について説明し、《孤立していない安心感》を持つことができるように、他の母親との繋がりが持てるような仲間づくりの機会を提供することが必要である。

また、産後0～4か月の時期に産後ケア施設において助産師のケアを受けることで母親は安心感を得たり、育児の大変さへの対処行動のヒントを得ていた。このような安心感が《育児の大変さ》への対処行動や育児に対するレジリエンスに繋がっていることから、助産師が産後0～4か月の時期に着目し、ケアを行うことが重要である。

## Ⅶ. 結 論

出産直後の母親は、《出産を肯定的に捉え子どもを受け入れる》一方で《出産直後は非現実感や自信喪失感を感じる》といった不安定さがあった。この不安定な状態を経て、日常生活の育児を行う中で母親は《育児の大変さ》を感じていた。《育児の大変さ》を認識することが、逆境を乗り越える力であるレジリエンスに繋がっていた。そして母親は日常生活の中で《基本的欲求が満たされた安心感》《育児そのものを楽しむ》《孤立していない安心感》を感じ、同時に《母親が頑張れるちょっとした助け》を得ることで自ら《育児の大変さを乗り越える術》を見つけ出し《育児の大変さ》を乗り越えていた。《育児の大変さ》を乗り越えることで母親は最終的に《育児によって実感する母親自らの成長》を感じることとなる。このように、様々な日常生活での育児体験の影響を受け0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスは導かれていた。



## Ⅷ. 本研究の限界と今後の課題

本研究では対象の場と対象数が、2か所10名の母親という少数例での分析となった。今後は、産後ケア施設利用者以外にも研究対象の範囲や人数を増やし、比較検討を重ね、0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスについて、看護専門職として検討を重ねたい。

## Ⅸ. 謝 辞

はじめに、本研究の趣旨を御理解頂き、本調査に快く御協力頂きました対象者の母親の皆様および本研究の実施にあたり御協力頂きました施設長および施設スタッフの皆様

## 文 献

- 阿部亜希子（河本）、小林淳子（2004）. 産後の母親の育児の自己効力感と関連要因に関する縦断的検討. *北日本看護学会誌*, 7 (1), 19-28.
- Grotberg, E. H. (2003). What is Resilience? How do you promote it? How do you use it? In E.H.Grotberg (Ed.), *Resilience for today : Gaining strength from adversity* (2nd ed.), (pp.1-30). West-port, CT : Praeger Publishers.
- 堀川真理子, 橋貴子, 菅谷弘子, 吉永亜子 (2011). 出産後も支えあう母親学級の友だち—友だちづくりの鍵とは—. *保健師ジャーナル*, 67 (6), 532-537.
- 池田浩子 (2001). 育児負担感に関する研究—育児負担感の時期別変化と母親の心理状態との関連—. *母性衛生*, 42 (4), 607-614.
- 川井尚, 庄司順一, 千賀悠子, 加藤博仁, 中野恵美子, 恒次欽也 (1993). 育児不安に関する基礎的検討. *日本総合愛育研究所紀要*, 30, 27-39.

- 木下康仁 (2007). 修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ (M-GTA) の分析技法. *富山大学看護学会誌*, 6 (2), 1-10.
- 小坂千秋 (2004). 幼児を持つ母親の親役割満足感を規定する要因—就労形態からの検討—. *発達研究*, 18, 73-87.
- 厚生労働省「平成27年度福祉行政報告例の概況」「子供虐待による死亡事例等の検証結果について（第13次報告）」<http://www.mhlw.go.jp/>（最終閲覧日 2017,12,12）
- 牧野カッコ (1982). 乳幼児を持つ母親の生活と育児不安. *家庭教育研究所紀要*, 3, 34-56.
- 水上明子, 馬場直美, 植田明美, 富田朋子, 福岡昭子, 松井和夫 (1995). 産後の母親の不安と育児状況—退院時と1カ月健診時の比較—. *母性衛生*, 36 (1), 97-102.
- 宮野遊子, 藤本美穂, 山田純子, 藤原千恵子 (2014). 育児関連レジリエンス尺度の開発. *日本小児看護学会誌*, 23 (1), 1-7.
- 賛育子, 室津史子, 今村美幸 (2013). 多胎児を育てる母親の育児支援の検討—多胎児と単胎児の母親のレジリエンスの比較—. *ヒューマンケア研究学会誌*, 5 (1), 35-40.
- 西村真実子, 吉田和枝, 米田昌代, 堅田智香子, 東雅代, 和田五月, 曾山小織, 金川克子 (2009). 韓国の産後療養院の視察. *石川看護雑誌*, 6, 125-128.
- 野口あけみ, 山川裕子, 福澤雪子, 平川俊夫 (2010). 産後の母親に対する24時間電話相談の利用状況と課題. *日本看護学会論文集, 母性看護*, 41, 82-85.
- 野口ゆかり, 前田博敬, 中川ひとみ, 柳瀬真理子, 北原悦子, 新小田春美, 平田伸子 (1999). 健康な妊産褥婦の不安と母性意識に関する研究—初産婦・経産婦の比較を中心として—. *九州大学医療技術短期大学部紀要*, 26, 45-50.
- 大賀明子, 山口由子, 皆川恵美子, 藤田八千代 (1996). 褥婦の不安変動—STAIを尺度とした不安水準の分娩1か月までの追跡—. *日本助産学会誌*, 10, 46-55.
- 大平光子 (2000). 産褥期の母親役割獲得プロセスを促進する看護援助方法に関する研究. *千葉看護会誌*, 6 (2), 24-31.
- 小塩真司, 中谷素之, 金子一史, 長峰伸治 (2002). ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性—精神的回復力尺度の作成—. *カウンセリング研究*, 35 (1), 57-65.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
- 杉下佳文, 山本弘江, 上別府圭子 (2009). 子どもの虐待予防に助産師はどうかかわるか. *助産雑誌*, 63 (2), 129-132.